

CUIDADOS PALIATIVOS: A SOBRECARGA NOS CUIDADORES

Elba Tania Silva Bezerra 1
Fernanda de Souza Marques 2
Isaura Alice Arriel Garcia 3
Janecleyde da Silva Fagundes Medeiros 4
Elihab Pereira Gomes 5

RESUMO

Os cuidadores informais são fundamentais nos cuidados paliativos de idosos, pois são eles que acompanham o processo de adoecimento, e na maioria dos casos, têm um vínculo com o paciente. Esse cuidar, pode provocar uma sobrecarga física, emocional, social e econômica, apesar do desejo de exercer este papel. Ao se reconhecer como responsável naquele momento, evidencia-se a necessidade de cuidar desse cuidador. Diante disso, o objetivo deste estudo visa conhecer os dados referentes às vivências e compreender as possíveis sobrecargas existentes nas literaturas, tornando-se assim, um apoio essencial durante a terminalidade da vida. O presente estudo consiste em uma revisão sistemática de literatura científica de artigos atuais a respeito da sobrecarga nos cuidadores. Para o levantamento bibliográfico foram utilizadas as bases de dados PubMed e LILACS, com os descritores: “palliative care”/cuidados paliativos, “caregivers”/cuidadores, “burden”/sobrecarga. Dentre os estudos encontrados, foram selecionados 26 artigos pelos seguintes critérios de inclusão: artigos completos redigidos na língua inglesa e portuguesa, e publicados entre 2017 e 2022. Os resultados apontam que, com o crescimento do número de idosos que necessitam de cuidados paliativos, observou-se que a falta de preparação para cuidar, conhecimentos sobre as doenças, a inexperiência para manejar e carga horária excessiva resultaram em uma alta sobrecarga no cuidador, principalmente quando ele possui algum vínculo familiar com o paciente, seja filho (a), cônjuge ou outro parente, causando problemas de saúde física e psicológica, como ansiedade e depressão. Demonstrando assim, a necessidade do suporte social, o relacionamento de apoio, orientação e informação sobre a doença, tempo livre e autocuidado. Para diminuir essa insuficiência, seria primordial um trabalho de psicoeducação que poderá ser posto em prática por meio da educação de pares.

Palavras chaves: Cuidadores Informais; Cuidados Paliativos; Sobrecarga; Idosos; Psicoeducação.

1 Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Católica do RN - RN, bezerra.tania@hotmail.com;

2 Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Católica do RN - RN, fernandaxmarques@gmail.com;

3 Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Católica do RN - RN, isauraalicegarcia@gmail.com.com;

4 Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade Católica do RN - RN, janecleydefm@hotmail.com;

5 Professor orientador: Especialista em Neuropsicologia pela Faculdade Católica do RN- RN, elihabpsi@gmail.com.



1. INTRODUÇÃO

O adoecer e a necessidade de cuidados sempre fizeram parte da vida humana. Ainda nos períodos nômades, instintivamente, praticavam-se formas de suprir necessidades básicas dos indivíduos para sua sobrevivência, mesmo com precários conhecimentos e considerando-se doenças e perda de saúde castigos divinos. Com o passar dos séculos e as inovações científicas, voltadas para saúde, o tempo de vida das pessoas foi potencializando-se, melhorando suas expectativas de longevidade ao tratar patologias antes incuráveis.

Contudo, os benefícios trazidos no decorrer do tempo, pelos avanços tecnológicos, não foram suficientes para reduzir os períodos de adoecimentos no ser humano e o prolongamento do processo de morte. Surge então, a necessidade de cuidados com enfoque no sujeito e não na doença, promovendo conforto e fortalecimento para vivenciar essa etapa inevitável da finitude, segundo Trovo (2021).

Diante desse contexto, o trabalho do cuidador vem crescendo de forma significativa na condução do cuidar de idosos, devido ao envelhecimento da população que aumenta a cada ano e que de acordo com Organização Mundial de Saúde (OMS) há um aumento projetado de 22% até 2050, para população acima de 60 anos. Nessa perspectiva, da crescente necessidade de pessoas que prestem cuidados a outras devido as mais variadas situações de limitações físicas ou mentais, sendo remunerados ou não, a categoria de cuidador informal surge para atender principalmente demandas familiares, tornando-se esse indivíduo responsável por prover ou coordenar cuidados a alguém que se encontra inserido em tais contextos, seja ocasionado por enfermidade ou pelo fato de que o envelhecimento propiciou barreiras a sua autonomia.

No geral, este cuidador é um membro da família e na maioria das vezes assume esse papel sem opções de escolhas, e por isso, não sabe como proceder corretamente para contribuir com as reais necessidades daquele que carece de cuidados. E assim, desencadeiam-se outras formas mais específicas de cuidar do outro nos momentos desafiadores e terminais dos ciclos de vida, disseminando-se nas últimas décadas os Cuidados Paliativos. Advindo do vocábulo latino pallium, a referida prática traz como ideia principal agregar ações de: proteger, amparar, abrigar, um cuidar quando a cura de determinada doença não é mais possível, segundo Matsumoto (2012).

Dessa forma, as práticas dos Cuidados Paliativos requerem tempo, dedicação, e um treinamento que não é feito com o cuidador informal, que assume a função de cuidar, podendo gerar um comprometimento em seu estado emocional e físico, em razão de uma carga para a

qual não foi devidamente preparado. Haja vista as responsabilidades que vem com os cuidados paliativos e acarretam sobrecargas nesses indivíduos, requerendo uma adaptação quase que imediata a várias funções inesperadas. Como consequência de um trabalho devotado, desgastante, passam a expressar sinais de estresse, privação de lazer, além da prática de cuidados sem técnica, informações ou direcionamentos.

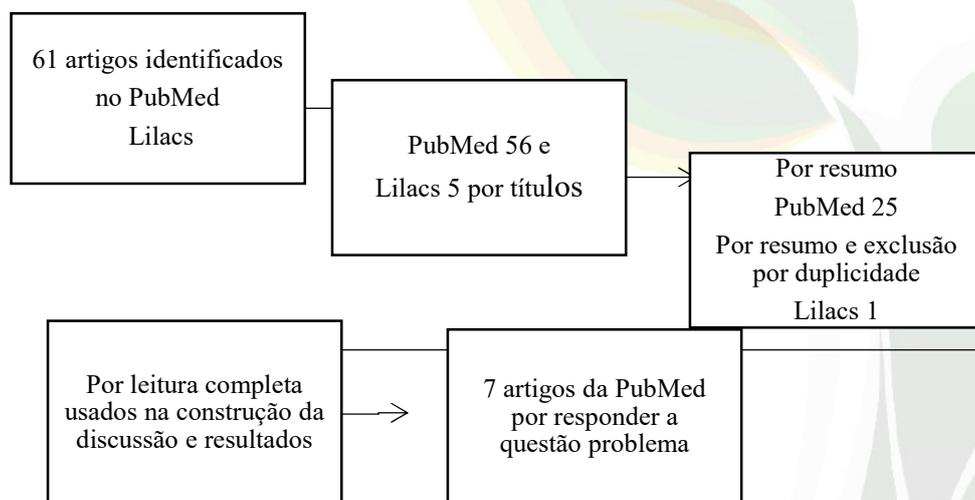
Conforme o exposto anteriormente, no que diz respeito às sobrecargas nos cuidadores informais, ao desempenharem tarefas de cuidados paliativos sem o preparo devido, essa pesquisa se propõe a levantar dados por meio de revisão sistemática de literatura científica sobre tais consequências. Tendo como objetivo geral compreender os fatores determinantes para o agravamento desses quadros de exaustão, e no objetivo específico buscou-se propiciar possíveis meios de preparar quem cuida, para as vivências de desafios diante das demandas de enfermidades em idosos, minimizando impactos sociais e emocionais a esse cuidador, através da educação de pares. Intencionando resposta para o seguinte questionamento: Quais fatores são mais presentes nas referidas sobrecargas dos cuidadores envolvidos nos Cuidados Paliativos e como reduzi-los?

2. METODOLOGIA

Foi utilizada a revisão sistemática de literatura, processo metodológico de pesquisa bibliográfica para identificar todo estudo relevante ao objeto proposto, através da síntese dos resultados de averiguações diversas, segundo Ramo; Faria; Faria, (2014). Nesse processo procurou-se responder à pergunta: “Quais fatores são mais presentes nas referidas sobrecargas dos cuidadores envolvidos nos Cuidados Paliativos e como reduzi-los?”. Utilizou-se as palavras-chave: cuidadores informais, cuidados paliativos, sobrecarga, idosos, psicoeducação.

Quanto aos estudos, as bases de dados para pesquisa foram PubMed e Lilacs, com os descritores: palliative “care”/cuidados paliativos, “caregivers”/cuidadores, “burden”/sobrecarga. Como critério de inclusão utilizou-se textos completos gratuitos/“free full text”, linguagem inglês e português, publicados entre 2017 e 2022, com filtro por títulos e os escolhidos por resumo. Ao final das buscas, 26 artigos foram selecionados, analisados segundo os objetivos, instrumentos usados, amostragem, resultados obtidos. Os artigos excluídos foram os relativos a estudos de caso, relato de experiências, estudo feito em instituições e, após a leitura na íntegra dos artigos, excluíram-se também os que não apresentavam um programa estruturado nem os instrumentos utilizados.

A presente pesquisa traz um estudo descritivo, que busca descrever características de determinada população ou fenômeno, Cattani, Roceli Brum *et al.*, (2004). Optamos por este tipo de pesquisa por considerarmos que o objeto em análise procura, através da subjetividade dos cuidadores familiares, descrever como acontecem as várias circunstâncias que impõem o papel de cuidador a esses sujeitos, e como se sentem ao assumir a responsabilidade com os cuidados de um doente em estágio avançado em casa, acarretando sobrecargas em suas vidas e na própria saúde.



3.REFERENCIAL TEÓRICO

3. 1. SOBRECARGA NOS CUIDADORES

3.2. O CUIDAR.

Cuidar é um ato que sempre esteve ligado a existência humana, assim, para conjecturar de forma mais clara a dimensão da palavra cuidar faz-se necessário apresentar sua definição. De acordo com o Guia Prático do cuidador, o cuidar significa atenção, precaução, cautela, dedicação, carinho. Cuidar é servir, é oferecer ao outro, em forma de serviço, é assistir com zelo o indivíduo, diante de uma doença ou dependência, identificando a necessidade do cuidado, construindo uma relação de confiança e respeito. Assim, universalmente, cuidar independente do ponto de vista cultural, pode ser analisado como a ideia de responsabilizar, preocupar, zelar como amor o outro. E cuidar de pessoas dependentes implica aprendizagem sistemática, no sentido de desenvolver habilidades estratégicas, Freire, R.M.A *et al.*, (2017).

3.3. IMPOSIÇÃO DE UM CUIDAR NEM SEMPRE PERCEBIDA

Com o crescente aumento da população idosa nas últimas décadas, devido a maior expectativa de vida alcançada pelos avanços científicos, que constroem pontes entre doenças e curas para muitas enfermidades, a velhice tornou-se etapa de vida prolongada. Assim, a necessidade de envelhecer com dignidade se faz cada vez mais presente, pois as patologias progressivas acionam fatores emocionais regressivos, acentuando dependências e inseguranças, Cattani e Girardon-Perlini (2004). Perante essas mudanças, que trazem dependências aos idosos, estão às relacionadas ao adoecimento evolutivo gerando necessidades da presença de outra pessoa por períodos mais longos. Nessas ocasiões, a própria família enferma, torna-se sua principal rede de apoio, assumindo compromissos de cuidar, advindos de responsabilidades culturalmente definidas pelos vínculos afetivos, relatam Cattani e Girardon-Perlini (2004).

3.4. UMA ROTINA DE SOBRECARGAS SEM MANEJO ADEQUADO

Tratando-se de questões do cuidar de alguém, com maior vulnerabilidade e avanços patológicos, é sabido que envolve procedimentos os quais demandam dedicação de tempo, exigências físicas, emocionais e psicológicas. Situações que na maioria das vezes o cuidador não está apto a enfrentar, justamente pelo seu despreparo, menciona Collins (2004). Ressalta, o referido autor, que ansiedade, depressão, privação do sono e cansaço, são apreensões incluídas no cotidiano dos cuidadores. Dessa forma, quem cuida se defronta com tarefas contínuas, acarretando a necessidade de se organizar, preparar-se para vivenciar e desempenhar este novo papel. A falta dessa preparação gera no cuidador, acúmulos de cansaços, atingindo de forma indireta a saúde do próprio doente, como mencionado no Guia Prático do Cuidador, confirmado por Caldas e Castro (2019).

4. CUIDADOS PALIATIVOS

4.1 O ENVELHECIMENTO HUMANO RUMO À FINITUDE

Outro fator importante, a ser considerado no cenário dos Cuidados Paliativos está relacionado ao processo de envelhecimento, e este, inicia-se no instante do nascimento, tornando-se uma marcha natural da vida. Transformações biopsicossociais vão ocorrendo com o passar dos anos, segundo Sequeira (2010). E quanto a esses aspectos do viver, Papalia (2013), apresenta dois tipos de envelhecimento, o primário que é um processo inevitável de degradação física ao longo da vida, no qual nada pode evitá-lo, e o segundo, sendo um envelhecimento



secundário, resultante de doenças, abusos e maus hábitos físicos. Para a autora, o processo do envelhecer acontece de forma gradativa apresentando alterações no desenvolvimento físico, mental e cognitivo.

Papalia relata também que, a expectativa de vida aumentou sensivelmente em algumas décadas, então, as mudanças nos órgãos e sistemas são variáveis, porém a capacidade de reserva declina, mas a maior parte dos idosos apresenta boa saúde mental. As memórias sensorial, semântica e de procedimento parecem tão eficientes nos adultos idosos quanto nos adultos mais jovens, já a complexidade gramatical e o conteúdo da fala declinam.

4.2 CUIDADOS PALIATIVOS E A IMPORTÂNCIA DO CUIDADOR PREPARADO

Conforme tratou-se anteriormente, várias situações e momentos constroem cenários diversos acerca dos ciclos da vida, que desencadeiam desafios e buscas de alternativas para beneficiar suas vivências. As áreas do cuidar também são influências por esse movimento, adaptando-se às necessidades e circunstâncias de cada contexto. Nesses parâmetros, os Cuidados Paliativos (CP) são resultados de transformações, dos avanços no conhecimento científico que favorecendo as gradativas mudanças do ser humano (SILVA, 2021).

Assim, caracterizando-se Cuidados Paliativos como assistência ao paciente que se encontra com doença ameaçadora à continuidade de sua vida, dentro de qualquer diagnóstico e prognóstico clínico, tendo possibilidades de reversão ou não. Nesse diapasão, a Dra. Ana Cláudia Quintana Arantes, geriatra e gerontóloga, especialista em Cuidados Paliativos e suporte ao luto, autora do livro “A Morte é um Dia que Vale a Pena Viver” (2016), relata em sua obra, que há um sofrimento pairando sobre esse período da vida humana, o qual branda por cuidados, ressaltando a importância de se de cuidar. na visão de Arantes (2016).

5. PSICOEDUCAÇÃO COMO SUPORTE PARA OS CUIDADORES

Face às diversas questões trazidas anteriormente, sobre implicações de sobrecargas nos cuidadores envolvidos com Cuidados Paliativo, as pesquisas demonstram a relevância relevante de instruir tais pessoas. Pois quem cuidam devem ser compreendidos como parte do processo, requerem também suporte e amparo durante a fase do adoecimento, vivenciada por todos ali envolvidos, (DE FARIA, 2017). Dessa forma, a psicoeducação, pode contribuir como apoio nos procedimentos diários do quadro clínico. Trata-se de método educativo, voltado para fornecer informações e treinos necessários para famílias que cuidam de pessoas com enfermidades graves, contando juntamente com profissionais de saúde incluídos no tratamento do doente, segundo Bhattacharjee, *et al.*, (2011). A psicoeducação encontra-se entre as práticas

mais eficazes na condução de instrução de práticas do cuidar, devido a flexibilidade no modelo, incorporando informações específicas sobre a doença e traz ferramentas para enfrentamento da mesma. Por isso as intervenções psicoeducativas procuram levar aos cuidadores o conhecimento e capacidades para cuidar, propiciando diminuição das sobrecargas emocionais e físicas, melhorando estratégias para lidar com sintomas da pessoa enferma, traz (SILVA *et al.*, 2018).

6. RESULTADOS

Um total de 61 artigos possivelmente relevantes foram localizados nas bases de dados do PubMed e Lilacs. Dos quais 35 foram removidos por exclusão e duplicidade, sintetizando-se para análise 25 do PubMed e 1 do Lilacs. Para construção dos achados, foram selecionados os 7 artigos mais ricos nos detalhes de pesquisas, em razão de apresentar dados específico referentes à questão problema tratada nessa revisão sistemática. Dentre eles dois autores usaram o mesmo instrumento, apresentando dados significativos que relatam a sobrecarga do cuidador, baseado na Zarit Burden Scale. Estes dados foram percorridos no que se refere a condição de saúde física e emocional dos cuidadores, agravadas pelas sobrecargas das atividades cotidianas destes. Na grande maioria das pesquisas exploradas, utilizando-se de outras ferramentas investigativas como estudos randomizados, métodos Prisma de metanálise, revisões sistemáticas, associações com médias de desvio padrão, confirmaram o alto grau de sobrecargas nos cuidadores envolvidos em Cuidados Paliativos, advindos de fatores psicológicos relacionados à depressão, ansiedade e baixa qualidade de vida. Entende-se então que, proporcionar melhores condição aos cuidadores vai além de melhorar um desses fatores, mas propiciar-lhes adequadas preparações para execução de suas tarefas no manejo dos cuidados paliativos.

7. DISCUSSÃO

Essa revisão sistemática de literatura trouxe possibilidades de averiguações distintas sobre as sobrecargas dos cuidadores envolvidos nos Cuidados Paliativos. Nos estudos de Ferrel, Betty *et al.*, (2019), a intervenção para apoio de cuidadores com familiares em estágio avançados de doenças, com estudo randomizado, processo que procura igualização de estimativas, com variáveis de desfecho: sobrecarga do cuidador, sofrimento psicológico, preparação para cuidar e qualidade de vida (QV). A referida análise identifica vários aspectos da sobrecarga desse cuidador, dentre elas e o maior índice refere-se aos aspectos psicológicos

em declínio, potencializando estados de ansiedade, depressão, medo e incertezas, devido ao longo período, meses ou anos, de cuidados.

Diante dos resultados do citado estudo, a análise utilizando cálculos de desvios-padrão, revela que não houve diferença entre eles quanto às características de informações sobre cuidados, se receberam treinamento do cuidador, experiências de cuidado. E nos que receberam intervenção a mudança não teve efeitos significativos na sobrecarga geral ou de sofrimento psicológico. Contudo, tais conclusões apoiam a necessidade de avaliar a carência do cuidador familiar, inclusive quanto as preocupações da sua qualidade de vida.

Já nas pesquisas de Bijnsdorp, Femmy M. *et al.*, (2020), verificou a necessidade de apoio dos cuidadores familiares, haja vista muitas vezes eles cuidarem sozinhos sofrendo sobrecarga maior por assumir esse papel. Utilizando revisão com método Prisma de meta-análise, que se baseia em evidências para relatos em revisões sistemáticas. O estudo verificou a vulnerabilidade dos cuidadores familiares em perfis diversos de seus contextos, constatando a necessidade apoio para lidar com os próprios sentimentos e emoções, que estão em desequilíbrio ante o trajeto diário, por falta de informações, orientações profissionais, mínimo de tempo livre para a própria vida. Como resultados obteve-se que os suportes para esses cuidadores, de enfermos terminais, não são iguais para todos, devido a peculiaridade de cada situação contextual envolvida, e que por isso nem sempre conseguem ser atendidas em suas demandas.

Esta pesquisa encontrou também relevantes achados nas averiguações de Ladeira *et al.*, (2020); Adashec *et al.*, (2020), envolvendo associação significativa de sobrecargas a fatores psicológicos e de qualidade de vida (QV), nos níveis de ansiedade e depressão aumentando estados de stress psicológico dos cuidadores envolvidos com Cuidados Paliativos. O diálogo dos achados ressalta a complexidade e intensidade envolvidas nas experiências de um cuidador nesse cenário. E uma análise multivariada demonstrou que a carga percebida nessas amostras é o preditor mais considerável de ansiedade e depressão.

Outros aspectos negativos relacionados à sobrecarga dos cuidadores foram encontrados em dois artigos nos quais os autores Delalibera (2018); Silva (2021), usaram a escala de Zarit Burden Scale, que avalia o impacto percebido na saúde física e emocional, esse instrumento é composto por 22 questões e sua pontuação varia de 0 a 88 pontos. Delalibera (2018) apresenta na maioria dos cuidadores alto nível de ansiedade e depressão. De acordo com Silva (2021) um índice significativo de estresse e sintomas relacionados depressão por parte dos cuidadores. Os dados expostos pelos citados autores corroboram como a sobrecarga que tem uma influência importante na saúde física e emocional dos cuidadores. E ainda no que se refere ao peso



exaustivo nos cuidadores Cantero (2022), apresenta a qualidade de sono e de vida do cuidador sendo alterados, ocasionando impacto negativo nesse indivíduo e na execução do seu cuidar.

8. CONCLUSÃO

O processo de tornar-se cuidador foi observado nessa pesquisa como sistemas de interações entre quem cuida e o indivíduo que se encontra em estado de adoecimento progressivo. E tais integrações acontecem das mais diferentes formas, conforme características, valores e contextos de cada família e demais envolvidos. Evidenciou-se ainda, nos achados dos autores analisados, que os fatores referentes ao sofrimento psicológico, de cuidadores envolvidos nos Cuidados Paliativos, são os mais presentes e representados nos sintomas de: depressão, ansiedade e baixa qualidade de vida destes. Conforme os resultados adquiridos nesta pesquisa sistemática, verifica-se que as sobrecargas dos referidos cuidadores acontecem, principalmente, pelo despreparo dos mesmos e carência nas redes de apoio familiar e profissionais. Como resposta a questão foco desse estudo, acrescenta-se que, os vários meios de intervenções utilizados nos achados citados, nem sempre contribuíram para redução das sobrecargas principais dos cuidadores submetidos às experiências interventivas. Constatando-se assim, a necessidade de tratar uma psicoeducação como forma de preparo, aos pares inseridos em cada circunstância e contexto peculiares, para condução de resultados mais eficazes beneficiando ambas as partes.

9. CONSIDERAÇÕES FINAIS

As principais descobertas dessa pesquisa, demonstram quadros preocupantes de altos graus do adoecimento de quem cuida dos indivíduos carentes de Cuidados Paliativos, e isso reflete nos mais variados aspectos de suas vidas. E um dos pontos mais pertinentes do estudo foi observar a falta de pesquisas interventivas que possam apoiar a saúde do cuidador familiar como um todo. Dentro dessas perspectivas, nosso estudo poderá servir de motivações futuras para implementações e ampliações nas intervenções já existentes. Agindo efetivamente e abordando a administração de sintomas psicológicos e comportamentais, proporcionando uma melhor qualidade de vida dessas pessoas, e produzindo saberes adequados às realidades de cada sujeito inserido nos respectivos contextos.

10. REFERÊNCIAS



ADASHEC, Jacob J.; SUBBIAH, Ishwaria M. Cuidando do cuidador: uma revisão sistemática caracterizando a experiência de cuidadores de idosos com câncer avançado. *ESMO aberto*, v. 5, n. 5, pág. e000862, 2020. [PUBMED]

ARANTES, Ana Claudia Quintana. *A morte é um dia que vale a pena viver.* – 1. ed. – Rio de Janeiro: Casa da Palavra, 2016. [[Google Acadêmico](#)]

BHATTACHARJEE, Dipanjan et al. Psicoeducação: uma medida para fortalecer o tratamento psiquiátrico. *Delhi Psychiatry Journal*, v. 14, n. 1, pág. 33-39, 2011. [[Google Acadêmico](#)]

BIJNSDORP, Femmy M. et al. Perfis de cuidadores familiares de pacientes em fim de vida no domicílio: um estudo Q-metodológico sobre as necessidades de apoio do cuidador familiar. *BMC cuidados paliativos*, v. 19, n. 1, pág. 1-13, 2020. [[PubMed](#)]

CATTANI, Roceli Brum; GIRARDON-PERLINI, Nara Marilene Oliveira. Cuidar do idoso doente no domicílio na voz de cuidadores familiares. *Revista eletrônica de enfermagem*, v. 6, n. 2, 2004. [[Google Acadêmico](#)]

COLLINS LG, Swartz K. Cuidados de cuidador. *Am Fam Médico*. 2011; **83** (11):1309-1317. [[PubMed](#)] [[Google Acadêmico](#)]

COUTO, A.M., Caldas, C. P., & Castro, E. A. B. (2019). Cuidado domiciliar a idosos dependentes de cuidadores familiares com sobrecarga e desconforto emocional. *Rev Fun Care Online*.11(4):944-950. Acesso em 28 de fevereiro de 2020, em: <http://dx.doi.org/10.9789/2175-5361.2019.v11i4.944-950>.

DE FARIA, Adriana Aparecida et al. Cuidando de quem cuida—o papel do psicólogo com cuidadores de pacientes paliativos. 2017. [[Google Acadêmico](#)]

DELALIBERA, Mayra; BARBOSA, António; LEAL, Isabel. Circunstâncias e consequências do cuidar: caracterização do cuidador familiar em cuidados paliativos. *Ciência & saúde coletiva*, v. 23, p. 1105-1117, 2018. [[PubMed](#)]

FERRELL, Betty et al. A support intervention for family caregivers of advanced cancer patients. *Journal of the Advanced Practitioner in Oncology*, v. 10, n. 5, p. 444, 2019. [[PubMed](#)]

FREIRE, R. M. A. et al. Programas de intervenção para familiares cuidadores de pessoas dependentes. *Autocuidado: Um Foco Central da Enfermagem*, p. 59-70, 2021. [[Google Acadêmico](#)]

LADEIRA, Tatiane; GRINCENKOV, Fabiane. Relação entre a saúde mental de pacientes com câncer avançado em quimioterapia paliativa e seus familiares cuidadores. *CES Psicologia*, v. 13, n. 2, p. 1-17, 2020. [Lilacs]

MATSUMOTO, Dalva Yukie. Cuidados paliativos: conceitos, fundamentos e princípios. *Manual de cuidados paliativos ANCP*, v. 2, n. 2, p. 23-24, 2012. [[Google Acadêmico](#)]



PAPALIA, Diane E; FELDMAN, Ruth Duskin. *Desenvolvimento Humano*. Trad. de Cristina Monteiro e Mauro de Campos Silveira. 12ª edição. Porto Alegre: AMGHT, 2013.
SEQUEIRA, C. (2010). *Cuidar de Idosos: com dependência física e mental*. Porto: Lidel.
[[Google Acadêmico](#)]

RAMOS, Altina; FARIA, Paulo M.; FARIA, Ádila. Revisão sistemática de literatura: contributo para a inovação na investigação em Ciências da Educação. **Revista Diálogo Educacional**, v. 14, n. 41, p. 17-36, 2014. [[Google Acadêmico](#)]

SILVA, Paula Stephanie et al. CUIDADO, ACOLHIMENTO, PROTEÇÃO E AMPARO AO CUIDADOR DO PACIENTE EM CUIDADOS PALIATIVOS “Projeto CAPA”. 2021.
SILVA, Mafalda; SÁ, Luís; SOUSA, Lia. Eficácia dos programas psicoeducacionais na sobrecarga nos familiares cuidadores de pessoas com demência: Revisão integrativa. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental**, v. 19, n. 7, p. 54-60, 2018. [[Google Acadêmico](#)]

TROVO, Monica Martins. **Finitude e cuidados paliativos no envelhecimento**. Editora Senac São Paulo, 2021.

VALERO-CANTERO, Inmaculada et al. A influência da gravidade dos sintomas de pacientes em cuidados paliativos em seus cuidadores familiares. **Cuidados Paliativos BMC**, v. 21, n. 1, pág. 1-7, [[PubMed](#)]